



**CIRCULAR Nº 198/23**

**ASSUNTO:** Divulgação de Eventos

Odivelas, 18 de dezembro de 2023

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio proceder à divulgação dos Eventos abaixo indicados:

- Torneio Infantil - Associação Beja
- Open de Juvenis - Associação Beja
- XIII Torneio Open de Cegos e Baixa Visão - Associação Lisboa
- Torneio Open Seniores - Associação Lisboa
- Estagio Associativo ADJL Alteração de Local (23 Dezembro 2023) - Associação Lisboa
- Ação Formação 1º Socorros - Associação Leiria
- Open de Iniciados, Juvenis e Juniores Poiares - Associação Coimbra

Com os nossos melhores cumprimentos e cordiais,

Saudações Desportivas  
O Presidente da FPJ



Joaquim Sérgio Pina



# 1ª edição 2024 Judo na Planície da AJDBeja

Pavilhão Gimnodesportivo de Alcaçovas

14 de janeiro de 2024

## XII Aniver. JCAlvito

### GRUPO 1

1	Controlo	08:00h/9:00h
2	Aquecimento	9:15h/9:30h
3	Prova	9:30h/13:00h

-Poules de 5 judocas .  
-Mas. e Femi. Separados  
-combates de 2min.

Nascidos  
em  
2012/2013

#### Regras adaptadas:

- 1 - Os sutemis são permitidos unicamente em situação de ataque directo, não podendo ser utilizados como forma de contra-ataque.
- 2 - Na aplicação dos castigos na primeira vez há aviso, na repetição da infração há SHIDO.
- 3 - O combate começa á voz de hajime com kumi-kata feita.
- 4 - Nos empates há GoldenScore no máximo de 1 minuto. Se não houver vantagem vitória será para o mais leve.

### GRUPO 2

1	Controlo	08:00h/09:00h
2	Aquecimento	09:15h/9:30h
3	Prova	9:30h/13:00h

-Poules de 5 judocas  
-Mas. e Femi. Separados  
-combates de 1 minuto e meio

Nascidos  
em  
2014/2015

#### Regras adaptadas:

- 1 - Os sutemis não são permitidos. Na primeira vez da sua utilização há aviso, na repetição da infração há SHIDO.
- 2 - Na aplicação dos castigos na primeira vez há aviso, na repetição da infração há SHIDO.
- 3 - Proibição de pegadas acima do ombro e utilização de Koshi-Guruma.
- 4 - Proibição de seoi-toshi ( técnicas de apoios nos joelhos ).
- 5 - O combate começa á voz de hajime com kumi-kata feita.
- 6 - No caso de empate no combate há HIKI-WAKE. No final da folha se houver empate na classificação, a vantagem será para o resultado entre si e depois para o mais leve.

### GRUPO 3

1	Controlo	08:00h/09:00h
2	Aquecimento	09:15h/09:30h
3	Prova	9:30h/13:00h

-Poules de 4 judocas.  
-masc. e fem. Separados.  
-Combates de 1min.

Nascidos  
em  
2016/2017

#### Regras adaptadas:

- 1 - Os sutemis não são permitidos. Na primeira vez da sua utilização há aviso, na repetição da infração há SHIDO.
- 2 - Na aplicação dos castigos na primeira vez há aviso, na repetição da infração há SHIDO.
- 3 - Proibição de pegadas acima do ombro e utilização de Koshi-Guruma.
- 4 - Proibição de seoi-toshi ( técnicas de apoios nos joelhos ).
- 5 - O combate começa á voz de hajime com kumi-kata feita.
- 6 - No caso de empate no combate há HIKI-WAKE. No final da folha se houver empate na classificação, a vantagem será para o resultado entre si e depois para o mais leve.

Só se aceitam inscrições no ficheiro próprio excel em anexo que terão de dar entrada impreterivelmente até dia 9 de janeiro, **inscrições Fora do prazo não serão aceitas.**

Número limite de inscrições – 200 vagas.

No dia 10 de janeiro será publicado a lista de inscritos e árbitros no site e na página de facebook da AJBeja.

Só é permitido a utilização de judogi branco.

Graduação mínima transição de 6 pra 5<sup>º</sup>Kyu (cinto branco-amarelo).

Aos treinadores é exigido um comportamento exemplar de boas práticas, sendo interdito qualquer tipo de orientação aos atletas no decorrer de cada combate. É igualmente interdito ao treinador qualquer tipo advertência á arbitragem podendo, no entanto, dirigir-se ao elemento responsável na prova pela arbitragem que estará devidamente identificado.

**Só são permitidos no recinto da prova, os atletas em prova, treinadores e organização. Esta norma é obrigação dos treinadores divulga-la pelos pais e acompanhantes dos atletas.**

Os horários vão ser cumpridos escrupulosamente. Não haverá qualquer tolerância para os atletas que cheguem depois dos horários previstos.

Será montada uma área de tatamis correspondente ao número de participantes para que permita realizar cada encontro nos horários previstos.

Não há momento de paragem entre cada grupo. O Aquecimento será feito para todos os atletas no horário dito pela a organização, sendo realizado no tapete da prova sob orientação de treinadores indicados pela organização.

Na cerimónia de entregues de medalhas aos 1<sup>º</sup>, 2<sup>º</sup> e 3<sup>º</sup> classificados e diplomas aos restantes, não é permitido a presença de mais ninguém junto do pódio a não ser os atletas no momento da entrega de prémios e organização.

A Associação responsabiliza-se na produção e recolha de fotos de todos os atletas do torneio, de todos os pódios e no mesmo dia estarão disponíveis

e publicadas no facebook da AJBeja disponibilizada para o efeito, assim como resultados e respetivos dados.

(<https://www.facebook.com/Associação-de-judo-de-Beja>)

Todos os combates só se iniciam e reiniciam á voz hajime com a kumikata feita pelos dois judocas.

**Nota-Os clubes que quiserem indicar pelo menos 1 árbitro poderão fazê-lo.**

Local – Pavilhão Gimnodesportivo de Alcaçovas.

A Associação do Distrito de Beja deseja a todos mais um bom torneio de Judo para os infantis em franco ambiente de Festa e de Convívio a pensar no Futuro.

**SABER CADA DIA UM POUCO MAIS E USA-LO  
TODOS OS DIAS PARA O BEM, ESSE É O  
CAMINHO DOS VERDADEIROS JUDOCAS.**





# OPEN DE JUVENIS

## Regulamento

XII Aniver. JCAlvito



<b>Data:</b>	<b>13 de janeiro de 2024- Tarde</b>
<b>Local:</b>	Pavilhão polidesportivo de Alcaçovas
<b>Escalão:</b>	Juvenis Masculinos e Juvenis Femininos de acordo com o Regulamento de Organização de Provas da FPJ.
<b>Horários:</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pesagens das 14:00h às 14:30h</li><li>• Sorteios imediatamente a seguir às pesagens</li><li>• Início previsto da competição 15:00horas</li></ul>
<b>Inscrições:</b>	Prazo de inscrições dia 09 de janeiro de 2024 Para: Folha de Excel disponibilizada para a prova Limite para 150 inscrições. No dia 10 de janeiro são publicadas as listas de inscritos.
<b>Documentação:</b>	Licença federativa atualizada para 2024 e cartão de cidadão
<b>Organização:</b>	Judo clube de alvito e Associação de Judo do Distrito de Beja, Câmara municipal de Viana do Alentejo e junta de Alcaçovas
<b>Apoios:</b>	Câmara Municipal de Viana do Alentejo junta de freguesia de Alcaçovas e Federação Portuguesa de Judo.
<b>Prémios:</b>	Medalhas para os classificados.
<b>Responsabilidade:</b>	A organização não se responsabiliza por qualquer tipo de acidentes inerentes ao decorrer da prova, apesar de providenciar meios de apoio e primeiros socorros. Clubes que quiserem indicar pelo menos um árbitro podem fazê-lo.
<b>Outras Informações</b>	<ol style="list-style-type: none"><li>1- Interdito qualquer comportamento de desrespeito pela arbitragem e regras sob pena de participação á FPJ para os que prevaricarem.</li><li>2- Á terceira chamada se o atleta não estiver preparado para entrar no tapete é dada vitória ao opositor por falta de comparência.</li><li>3 - As pesagens encerram impreterivelmente á hora determinada.</li><li>4 – As medalhas e são entregues no final da prova.</li><li>5 – A competição iniciará com as categorias mais leves masculinas e femininas</li><li>6– Há um número máximo de inscritos de 150 com prioridade aos clubes da Zona.</li><li>7– Não são aceites inscrições fora do prazo previsto.</li></ol>



Federação Portuguesa  
de Judo



# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286    TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)    Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

CIRCULAR nº 66/23/DT

Lisboa, 15 de Dezembro de 2023

## CIRCULAR

### XIII Torneio Open de Cegos e Baixa Visão

O XIII Torneio Open de Cegos e Baixa Visão (seniores) decorrerá no dia **14 de Janeiro de 2024** (Domingo).

**Local Prova:** : Pavilhão Multidesportivo do Parque de Jogos 1º de Maio – Inatel (Av. Rio de Janeiro – Lisboa).

#### HORÁRIOS:

<b>Masculinos:</b> -60kg, -66kg, -73kg, -81kg, -90kg, -100kg, +100kg. <b>Femininos:</b> -48kg, -52kg, -57kg, -63kg, -70kg, -78kg, +78kg.	<b>Pesagens:</b> 11h00 às 11h30 <b>Sorteios:</b> 11h45 <b>Início da Prova Previsto:</b> 12h30
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------

**TAXA de INSCRIÇÃO:** Gratuito.

#### INSCRIÇÕES:

A inscrição dos atletas terá de ser efetuada até às 24h00 do dia 8 de janeiro (Segunda-feira), através do site [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt) (em <http://www.adjudolisboa.pt/atividades/provas>). Poderão ser aceites inscrições até às 12h00 do dia 11 de Janeiro (Quinta-feira) desde que, simultaneamente, seja paga a taxa extra de 6,00 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 04/23/DIR).

Dist.: Clubes / Treinadores /Associações Distritais/ FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286    TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)    Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

A documentação necessária para a participação no XIII Torneio Open de Cegos e Baixa Visão (Seniores): comprovativo médico de classificação visual (B1, B2 ou B3), a Licença Federativa atualizada, o Exame Médico (ou declaração de responsabilidade do clube do atleta) e Seguro Desportivo atualizado. Mais se informa que a ADJL se reserva no direito de registar fotograficamente o evento e divulgá-lo nos canais próprios.

## O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: Clubes / Treinadores /Associações Distritais/ FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286    TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)    Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

CIRCULAR nº 65/23/DT

Lisboa, 15 de Dezembro de 2023

## CIRCULAR

### Torneio Open de Seniores

O **Torneio Open de Seniores** decorrerá no dia **14 de janeiro 2024** (Domingo).

**Local Prova:** Pavilhão Multidesportivo do Parque de Jogos 1º de Maio – Inatel (Av. Rio de Janeiro – Lisboa).

#### Horários:

<b>Masculinos:</b> -60kg, -66kg, -73kg, -81kg, -90kg, -100kg, +100kg. <b>Femininos:</b> -48kg, -52kg, -57kg, -63kg, -70kg, -78kg, +78kg.	<b>Pesagens:</b> 08h30 às 09h00 <b>Sorteios:</b> 09h15 <b>Início da Prova:</b> 10h00
---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------

#### Taxa de inscrição:

- Atletas filiados na ADJL: Gratuito.
- Atletas filiados na ADJL num escalão etário diferente (Cadetes e Juniores): 6€ por atleta.
- Atletas não filiados na ADJL: 12€ por atleta.

O pagamento poderá ser efetuado através do **NIB: 0010 0000 909204800 02 76** e o comprovativo de pagamento ser enviado para [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt).

#### Inscrições:

A inscrição dos atletas terá de ser efetuada até às 24h00 do dia 08 de janeiro (Segunda-feira), através do site [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt) (em <http://www.adjudolisboa.pt/atividades/provas>). Poderão ser aceites inscrições até às 12h00 do dia 11 de janeiro (Quinta-feira) desde que, simultaneamente, seja paga a taxa extra de 6,00 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 04/23/DIR).

Dist.: Clubes / Treinadores / Associações Distritais/ FPJ.







# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286    TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)    Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

**FALTAS:** A não comparência à prova por **atletas Seniores da ADJL** cuja inscrição não foi cancelada até às 12h00 do dia 12 de janeiro (sexta-feira) fica sujeita ao pagamento de uma taxa no valor de 6,00 € de acordo com as Normas Administrativas da ADJL (Circular 04/23/DIR).

A documentação necessária para a participação no Torneio Open Seniores integra: a Licença Federativa atualizada, o Exame Médico (ou declaração de responsabilidade do clube do atleta) e Seguro Desportivo atualizado. Mais se informa que a ADJL se reserva no direito de registar fotograficamente o evento e divulgá-lo nos canais próprios.

## O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: Clubes / Treinadores /Associações Distritais/ FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286 TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt) Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

CIRCULAR nº 67/23/DT

Lisboa, 15 de Dezembro de 2023

## CIRCULAR

Estágio Associativo ADJL

– ALTERAÇÃO DE LOCAL (23 Dezembro 2023)

Exmos. Senhores,

Vimos por este meio informar que o Estágio Associativo da ADJL para os escalões de infantis, iniciados e juvenis do próximo **dia 23 de dezembro de 2023** (Sábado) que estava inicialmente previsto realizar-se no Dojo do Complexo de Piscinas do Jamor (Avenida Pierre de Coubertin, 1495 Cruz Quebrada-Dafundo), devido a obras de melhoramento do mesmo, irá realizar-se no **Sport Algés e Dafundo (Av. Combatentes da Grande Guerra, 88, 1495-035 Algés)**. Os horários dos treinos são os seguintes:

<b>Sábado, 23 de Dezembro de 2023</b>	<b>Estágio Associativo da ADJL (Infantis, Iniciados e Juvenis)</b>	<b>1º treino: 10h00 – 12h00; 2º treino: 16h30 -18h30.</b>
-------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------	---------------------------------------------------------------

**Relembramos que os treinos apenas se destinam aos escalões acima mencionados.**

Convidamos a todos os treinadores a estarem presentes com os seus atletas.

Dist.: Clubes / Treinadores/ AD's e FPJ.





# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LISBOA

PESSOA COLECTIVA DE UTILIDADE PÚBLICA

RUA DE PONTA DELGADA Nº 61 - 1000-241 LISBOA

NIF – 501653503

TELEFONE – 218 460 286    TELEMÓVEL – 965 657 296

E-Mail: [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt)    Endereço: [www.adjudolisboa.pt](http://www.adjudolisboa.pt)

Facebook: [www.facebook.com/adjudolisboa](http://www.facebook.com/adjudolisboa)

## INFORMAÇÕES E INSCRIÇÃO:

- Por requisito do Sport Algés e Dafundo, o acesso ao seu dojo é controlado pelos seus responsáveis. **É obrigatória a inscrição para participação nos estágios associativos.**
- Todos os atletas interessados em participar no estágio associativo têm que fazer a sua inscrição até às 24h00 do dia 21 de dezembro 2023, através do endereço de email [secretaria@adjudolisboa.pt](mailto:secretaria@adjudolisboa.pt), com os seguintes dados:
  - Nome Completo;
  - Revalidação Licença Federativa Época 2023;
  - Clube;
  - Escalão.

## O Gabinete Técnico

Luís Dias

Dist.: Clubes / Treinadores/ AD's e FPJ.





## ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE LEIRIA

Avenida José H. Vareda, Estádio Municipal Marinha Grande

2430 – 308 Marinha Grande

TEL. 244567794

Email: [adjleiria@sapo.pt](mailto:adjleiria@sapo.pt)

### Ação Formação Primeiros Socorros

<b>Data:</b>	6 Janeiro 2024 (Sábado)
<b>Local:</b>	Judo Clube Marinha Grande Parque de Exposições F.A.E. Marinha Grande
<b>Horário:</b>	9h00 – 13h00
<b>Nº Máximo de Participantes:</b>	17
<b>Valor Inscrição:</b>	45€
<b>Inscrições até:</b>	22 Dezembro 2023 enviadas para <a href="mailto:adjleiria@sapo.pt">adjleiria@sapo.pt</a> com ficha em anexo totalmente preenchida e comprovativo de transferência

O Curso será orientado por uma empresa certificada

No final todos os participantes receberão o Certificado

**As inscrições serão aceites com o envio de Ficha de Inscrição, totalmente preenchida, e Comprovativo de Transferência.**



Federação Portuguesa  
de **Judo**



# ASSOCIAÇÃO DISTRITAL DE JUDO DE COIMBRA

Fundada em 12 de abril de 1978 – Membro da Federação Portuguesa de Judo

CONT N° 501 877 495

## Open de Judo - Poiares

<b>Organização:</b>	Associação Distrital de Judo de Coimbra
<b>Local da prova:</b>	Pavilhão Municipal de Vila Nova de Poiares
<b>Data:</b>	14 de Janeiro de 2024
<b>Escalão:</b>	Iniciados M / F, Juvenis M / F e Juniores M / F
<b>Categorias de Peso:</b>	
<b>Masculino:</b>	Todas as categorias reconhecidas pela Federação
<b>Feminino:</b>	Todas as categorias reconhecidas pela Federação
<b>Horário:</b>	<b>Iniciados</b>
<b>Pesagem:</b>	Das 09:00 às 09:30 horas (todas as categorias)
<b>Sorteio:</b>	09:45 horas
<b>Início:</b>	10.00 horas
	<b>Juvenis</b>
<b>Pesagem:</b>	Das 09:30 às 10:00 horas (todas as categorias)
<b>Sorteio:</b>	10:30 horas
<b>Início:</b>	11.00 horas
	<b>Juniores</b>
<b>Pesagem:</b>	Das 10:00 às 10:30 horas (todas as categorias)
<b>Sorteio:</b>	11:15 horas
<b>Início:</b>	12.00 horas
<b>Normas:</b>	De acordo com as Normas da Federação Portuguesa de Judo
<b>Arbitragem:</b>	É obrigatório ser indicado um árbitro por Clube para a competição. Os árbitros devem ser portadores de equipamento oficial. Os árbitros devem ser inscritos para a ADJC através do email <a href="mailto:adjudocoimbra@gmail.com">adjudocoimbra@gmail.com</a> .
<b>Prémios:</b>	Medalhas para o 1º Classificado, 2º e 3ºs classificados
<b>Inscrições:</b>	Até às 24 horas do dia 8 de Janeiro, através do seguinte link: <a href="https://forms.gle/bv5aSqixaeNvMvbt9">https://forms.gle/bv5aSqixaeNvMvbt9</a>
<b>Assist. Médica:</b>	É garantida assistência médica durante a prova.
<b>Responsabilidade:</b>	A organização declina quaisquer responsabilidades em eventuais incidentes que possam ocorrer durante a prova.
<b>Documentação:</b>	Licença Federativa atualizada e documento de identificação.
<b>Apoios:</b>	Câmara Municipal de Poiares e A.R.S. Miguel.

